



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И.
Носова»



УТВЕРЖДАЮ
Декан ФФКиСМ
Р.А. Козлов

05.02.2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Направление подготовки (специальность)
44.03.01 Педагогическое образование

Направленность (профиль/специализация) программы
Физическая культура

Уровень высшего образования - бакалавриат

Форма обучения
заочная

Институт/ факультет	Факультет физической культуры и спортивного мастерства
Кафедра	Спортивного совершенствования
Курс	5

Магнитогорск
2025 год

Рабочая программа составлена на основе ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.01 Педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 121)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры Спортивного совершенствования

28.01.2025, протокол № 6

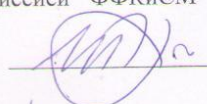
Зав. кафедрой

 В.В. Алонцев

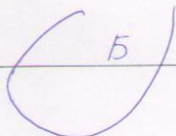
Рабочая программа одобрена методической комиссией ФФКиСМ

05.02.2025 г. протокол № 4

Председатель

 Р.А. Козлов

Рабочая программа составлена:
ассистент кафедры кафедры СС,

 З.К. Бесаев

Рецензент:

директор НИЦ ФИМРДиВ, канд. экон. наук

 А.В. Дерябин

Лист актуализации рабочей программы

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2026 - 2027 учебном году на заседании кафедры Спортивного совершенствования

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ В.В. Алонцев

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2027 - 2028 учебном году на заседании кафедры Спортивного совершенствования

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ В.В. Алонцев

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2028 - 2029 учебном году на заседании кафедры Спортивного совершенствования

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ В.В. Алонцев

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2029 - 2030 учебном году на заседании кафедры Спортивного совершенствования

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ В.В. Алонцев

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2030 - 2031 учебном году на заседании кафедры Спортивного совершенствования

Протокол от _____ 20__ г. № ____
Зав. кафедрой _____ В.В. Алонцев

1 Цели освоения дисциплины (модуля)

формирование способности формировать физическую культуру и развивать двигательные качества у лиц, имеющих отклонения в состоянии здоровья и у инвалидов, с учетом их социальных, возрастных, психофизических и индивидуальных особенностей.

2 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина Адаптивная физическая культура входит в обязательную часть учебного плана образовательной программы.

Для изучения дисциплины необходимы знания (умения, владения), сформированные в результате изучения дисциплин/ практик:

Теория и методика физической культуры и спорта

Учебная - лыжные сборы

Теория и методика плавания

Спортивные сооружения

Возрастная анатомия, физиология и гигиена

Психология

Анатомия

Физиология физического воспитания и спорта

Фармакология и спортивное питание

Формирование здорового образа жизни у детей и подростков

Биомеханика

Биохимия

Спортивная метрология

Лечебная физическая культура и массаж

Технологии физкультурно-спортивной деятельности

Физическая культура и спорт для людей с ОВЗ

Знания (умения, владения), полученные при изучении данной дисциплины будут необходимы для изучения дисциплин/практик:

Адаптивные курсы по физической культуре и спорту

Психология физического воспитания и спорта

Организация и управление физической культурой и спортом

3 Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля) и планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины (модуля) «Адаптивная физическая культура» обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

Код индикатора	Индикатор достижения компетенции
ОПК-6	Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями
ОПК-6.1	Осуществляет отбор и применение психолого-педагогических технологий для индивидуализации обучения, развития и воспитания обучающихся
ПК-2	Способен осуществлять образовательный процесс в предметной области физической культуры в соответствии с требованиями Федеральных государственных образовательных стандартов или тренировочный процесс в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки
ПК-2.1	Реализует программу спортивной подготовки по виду спорта или

	рабочую программу учителя физической культуры с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности
ПК-2.2	Применяет средства и методы в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки или в соответствии с задачами общего и дополнительного образования, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся
ПК-2.3	Использует и модифицирует системы показателей для контроля и оценки результативности образовательного или тренировочного процессов
ПК-4 Способен выявить и оценить уровень и качество аналитической и интегральной подготовленности спортсменов или личностных, метапредметных и предметных результатов освоения основной образовательной или дополнительной программ	
ПК-4.1	Планирует и проводит мероприятия контроля, оценки и учета результатов с использованием информативных средств и методов
ПК-4.2	Осуществляет сбор, оценивание, анализ и учет необходимой информации о реальном ходе тренировочного или образовательного процесса
ПК-4.3	Ведет документы учета, соответствующие проводимым мероприятиям контроля и локальным актам организации

4. Структура, объём и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц 108 акад. часов, в том числе:

- контактная работа – 12,7 акад. часов;
- аудиторная – 12 акад. часов;
- внеаудиторная – 0,7 акад. часов;
- самостоятельная работа – 91,4 акад. часов;
- в форме практической подготовки – 0 акад. час;

Форма аттестации - зачет с оценкой

Раздел/ тема дисциплины	Курс	Аудиторная контактная работа (в акад. часах)			Самостоятельная работа студента	Вид самостоятельной работы	Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Код компетенции
		Лек.	лаб. зан.	практ. зан.				
1. Теоретические основы адаптивной физической культуры								
1.1 Понятие об адаптивной физической культуре, история ее становления и развития, цели, задачи, функции АФК	5	0,5		0,5/0,5 И	14	Подготовка к практическому занятию	опрос, тестирование	ОПК-6.1, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3
1.2 Основы законодательства РФ в отношении инвалидов		0,5		1/0,5И	16	Подготовка к практическому занятию	опрос, тестирование	ОПК-6.1, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3
1.3 Принципы физического воспитания в адаптивной физической культуре		0,5		0,5/0,5 И	16,4	Подготовка к практическому занятию	опрос, тестирование	ОПК-6.1, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3
Итого по разделу		1,5		2/1,5И	46,4			
2. Методологические аспекты АФК								
2.1 Характеристика объекта педагогических воздействий в адаптивной физической культуре. Методическое обеспечение организации физкультурной и спортивной деятельности лиц с ограниченными возможностями	5	0,5		1/0,5И	13	Подготовка к практическому занятию	опрос, тестирование	ОПК-6.1, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3
2.2 Функции и методы адаптивной физической культуры		0,5		1/0,5И	12	Подготовка к практическому занятию	опрос, тестирование	ОПК-6.1, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2,

								ПК-4.3
2.3 Функции и методы адаптивного спорта	5	0,5		1/0,5И	14	Подготовка к практическому занятию	опрос, тестирование	ОПК-6.1, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3
2.4 Функции и методы физической реабилитации		0,5		2/0,5И	4	Подготовка к практическому занятию	опрос, тестирование	ОПК-6.1, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3
2.5 Функции и методы адаптивной рекреации		0,5		1/0,5И	2	Подготовка к практическому занятию	опрос	ОПК-6.1, ПК-2.1, ПК-2.2, ПК-2.3, ПК-4.1, ПК-4.2, ПК-4.3
Итого по разделу		2,5		6/2,5И	45			
Итого за семестр		4		8/4И	91,4		зао	
Итого по дисциплине		4		8/4И	91,4		зачет с оценкой	

5 Образовательные технологии

Используются следующие виды лекций.

1. Проблемная лекция. Проблемная лекция начинается с вопросов, с постановки проблемы, которую в ходе изложения материала необходимо решить. При этом выдвигаемая проблема не имеет однотипного готового решения. Данный тип лекции строится таким образом, что деятельность студента по ее усвоению приближается к поисковой, исследовательской. Обязателен диалог преподавателя и студентов.

2. Информационные лекции.

3. Лекция с разбором конкретной ситуации; студенты совместно анализируют и обсуждают представленный материал.

На практических занятиях используются нижеследующие приемы.

1. Работа в команде – совместная деятельность студентов в группе под руководством лидера, направленная на решение общей задачи путем творческого сложения результатов индивидуальной работы членов команды с делением полномочий и ответственности.

2. Обсуждение реферативных работ.

3. Решение ситуационных задач, требующих имитации действий при определенных состояниях.

4. Элементы «мозгового штурма».

5. Тесты.

6 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Представлено в приложении 1.

7 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

Представлены в приложении 2.

8 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) Основная литература:

Бегидова, Т. П. Основы адаптивной физической культуры : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 191 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07190-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515062>

б) Дополнительная литература:

Литош, Н. Л. Адаптивная физическая культура для детей с нарушениями в развитии. Психолого-педагогическое сопровождение : учебное пособие для вузов / Н. Л. Литош. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 156 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12705-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518905>.

Бегидова, Т. П. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 210 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14815-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/520324>

Стеблецов, Е. А. Гигиена физической культуры и спорта : учебник для вузов / Е. А. Стеблецов, А. И. Григорьев, О. А. Григорьев ; под редакцией Е. А. Стеблецова.

— Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 308 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14311-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/519722>

Рипа, М. Д. Лечебно-оздоровительные технологии в адаптивном физическом воспитании : учебное пособие для вузов / М. Д. Рипа, И. В. Кулькова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 158 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07260-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/514910>

Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание : учебное пособие для вузов / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова ; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08390-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/516453> (

в) Методические указания:

Система контроля уровня физического развития и физической подготовленности для комплексной реабилитации и социальной интеграции лиц с отклонениями в состоянии здоровья : учебное пособие для вузов / Т. П. Бегидова [и др.] ; под общей редакцией Т. П. Бегидовой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 87 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14809-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/520331>

г) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:

Программное обеспечение

Наименование ПО	№ договора	Срок действия лицензии
MS Office 2007 Professional	№ 135 от 17.09.2007	бессрочно
7Zip	свободно распространяемое ПО	бессрочно
FAR Manager	свободно распространяемое ПО	бессрочно

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Название курса	Ссылка
Электронная база периодических изданий East View Information Services, ООО «ИВИС»	https://dlib.eastview.com/
Национальная информационно-аналитическая система – Российский индекс научного цитирования (РИНЦ)	URL: https://elibrary.ru/project_risc.asp
Российская Государственная библиотека. Каталоги	https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/
Электронные ресурсы библиотеки МГТУ им. Г.И. Носова	https://host.megaprolib.net/M/P0109/Web

9 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает:

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа Доска, мультимедийные средства хранения, передачи и представления информации.

Учебные аудитории для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации Доска, мультимедийный проектор, экран.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся Персональные компьютеры с пакетом MS Office, выходом в Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду университета

Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования Стеллажи для хранения учебно-наглядных пособий и учебно-методической документации.

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы

Перечень тем и заданий:

1. Назовите основные виды АФК.
2. В чем отличие АФК от медицинской реабилитации?
3. В чем сходство и различия АФК и профилактической медицины?
4. Что такое адаптивное физическое воспитание (образование)?
5. Перечислите отличительные признаки адаптивного спорта.
6. На что направлено содержание адаптивной физической рекреации?
7. Раскройте понятие адаптивной физической реабилитации.
8. Дайте определение «Ограничение жизнедеятельности» и «Инвалид»
9. Если ограничение жизнедеятельности не требует мер социальной поддержки, пациент признается инвалидом? Перечислите факторы необходимые для признания больного инвалидом.
10. Дайте определение понятия «Реабилитация инвалидов». Укажите не нарушенные способности жизнедеятельности человека у инвалидов 2 и 3 групп.
11. На основании чего осуществляется реабилитация инвалидов? Укажите цель реабилитации инвалидов?
12. Какие аспекты реабилитации включает в себя реабилитация инвалидов?
13. Перечислите основные причины инвалидности?
14. Приведите нозологическую структуру инвалидности?
15. Дайте определение понятиям первичные, вторичные, третичные недостатки. Приведите примеры.
16. Перечислите основные проблемы семей с инвалидом
17. Категория «целостность организма» и возможности ее применения в АФК.
18. Понятие структуры и функции организма человека. Его роль в объяснении закономерностей АФК.
19. Какова роль реактивности организма при занятиях физическими упражнениями?
20. Причинно-следственная связь как основа планирования занятий адаптивной физической культурой.
21. Адаптация и компенсация в теории физической культуры для лиц с отклонениями в состоянии здоровья.
22. Какие компоненты входят в структуру АФК?
23. В чем сущность и содержание АФК?
24. Что лежит в основе функций АФК?
25. В чем заключаются педагогические функции АФК?
26. В чем заключаются социальные функции АФК?
27. Раскройте содержание учебно-познавательной функции АФК.
28. В чем особенности развивающей функции АФК?
29. Что означает коррекционная функция АФК?
30. Что корректируется в организме и личности аномального ребенка?
31. В чем состоит профессионально-подготовительная функция АФК?
32. Раскройте содержание воспитательной функции АФК.
33. Роль самовоспитания в формировании личности.
34. Раскройте роль функциональных связей адаптивного физического воспитания с другими социальными процессами и явлениями.
35. В чем сущность социализации инвалидов, обучающихся в государственных учебных заведениях?
36. Роль игры в процессе социализации личности.
37. Что такое интегративная функция АФК?
38. Раскройте варианты интеграции, возможные в физическом воспитании детей-инвалидов и детей с ограниченными здоровьем.
39. Особенности интеграции детей-инвалидов в других странах.
40. Что такое коммуникативная функция?
41. Роль общения в жизни ребенка-инвалида.
42. Какова направленность рекреативно-оздоровительного спорта?
43. Какова направленность спорта высших достижений?
44. Какие непереносимые условия являются допуском к занятиям адаптивным спортом?
45. В чем трудности освоения техники спортсменом-инвалидом (на примере разных нозологических групп)?
46. Какие двигательные и психомоторные качества отстают в развитии в случае инвалидизации?
47. Раскройте педагогические приемы коррекции и компенсации двигательных нарушений в процессе спортивной тренировки.
48. Как реализуется дифференцированный и индивидуализированный подход в спортивной тренировке?

49. Назовите и раскройте методы самовоспитания.
50. В чем ценность соревновательной функции?
51. В каких соревнованиях участвуют спортсмены-инвалиды разных нозологических групп?
52. В чем сущность гуманистической функции и как она проявляется в спорте инвалидов?
53. Роль и содержание коммуникативной функции в личностном развитии спортсмена-инвалида?
54. В чем проявляется интегративная функция в спорте инвалидов?
55. Значение адаптивного спорта как зрелища для спортсмена и общества зрителей.
56. В чем эстетическая функция адаптивного спорта?
57. Значение и сущность социализации инвалидов через спорт.
58. Что такое двигательная рекреация?
59. В чем общие и отличительные черты адаптивной двигательной рекреации и рекреативно-оздоровительного спорта?
60. Классификация форм двигательной рекреации.
61. Что такое гедонистическая функция?
62. Роль игры в адаптивной двигательной рекреации.
63. Раскройте особенности оздоровительной и восстановительной функций?
64. Значение и содержание развивающей функции.
65. Значение и содержание воспитательной функции, роль самовоспитания.
66. В чем заключается творческая функция?
67. Докажите, что двигательная рекреация является потребностной формой двигательной активности инвалида и проявлением общей культуры.
68. Раскройте взаимосвязь коммуникативной, социализирующей и интегративной функций в процессе адаптивной двигательной рекреации.
69. Почему законы и закономерности дидактики лежат в основе принципов АФК? Какие законы и закономерности дидактики имеют существенное значение для АФК?
70. В чем специфичность социальных принципов АФК?
71. Что означает понятие «гуманизм», в чем проявляется гуманное отношение к личности инвалида?
72. Есть ли противоречия в обществе, касающиеся гуманного отношения к инвалидам и людям, имеющим ограниченные функциональные возможности?
73. Какими путями реализуется принцип гуманистической направленности в АФК?
74. Что означает непрерывное физкультурное образование?
75. Раскройте роль здоровья и физической подготовленности для инвалида в процессе освоения общечеловеческих культурных ценностей.
76. Раскройте предпосылки и возможности непрерывного физкультурного образования разных нозологических групп инвалидов и лиц с ограниченными возможностями.
77. Что означает принцип социализации? Какова роль АФК в социализации личности?
78. Какие факторы влияют на процесс социальной адаптации инвалида?
79. Раскройте понятия «социальная интеграция» и «интегрированное обучение».
80. Какова роль образования, в том числе и физкультурного, в интеграции инвалидов и лиц с ограниченными возможностями в социум?
81. В чем заключаются возможности реализации принципа интеграции в АФК?
82. В чем состоит принцип приоритетной роли микросоциума для ребенка с нарушениями в развитии?
83. Раскройте роль семьи в социализации личности ребенка.
84. Раскройте негативное влияние социальной изоляции, материнской депривации на воспитание и развитие детей
85. Знания каких смежных дисциплин лежат в основе специфических принципов АФК?
86. Учет каких клинических, психических, педагогических и др. показателей имеет существенное значение для реализации программ АФК?
87. В чем выражаются признаки дизонтогенеза аномального развития?
88. Какое значение для АФК имеют принципы дифференциации и индивидуализации, и в чем они заключаются?
89. В чем заключается принцип коррекционно-развивающей направленности педагогического процесса как ведущий принцип специальной педагогики?
90. Какие показатели двигательной сферы являются объектом педагогической коррекции и развития средствами АФК?
91. В чем заключается компенсаторная направленность педагогических воздействий?
92. В чем проявляются возрастные особенности физического и психического развития ребенка?
93. В чем заключается единство онтогенетического хода развития здорового ребенка и с нарушениями в развитии?
94. Почему в АФК необходимо максимально использовать чувствительные периоды развития?
95. Что означают понятия «зона актуального развития» и «зона ближайшего развития», и какое значение они имеют для адаптивного физического воспитания?
96. Что означает принцип адекватности педагогических воздействий в АФК?
97. Что означает принцип оптимальности педагогических воздействий в АФК?
98. В чем состоит принцип вариативности педагогических воздействий в АФК?

99. Какие приемы вариативности используются в процессе занятий физическими упражнениями с детьми-инвалидами?
100. Дайте определение физических упражнений, используемых в АФК.
101. Что такое классификация физических упражнений?
102. Какие классификации физических упражнений используют в АФК?
103. Раскройте содержание классификации физических упражнений по анатомическому признаку.
104. Как классифицируются упражнения по структуре движений?
105. Раскройте отличительные особенности предварительного проектирования учебно-воспитательного процесса в адаптивном физическом воспитании.
106. В чем трудности разработки технологий физкультурно-спортивной деятельности в адаптивном спорте?
107. Опишите особенности физкультурно-спортивных технологий в физической реабилитации.
108. Каким образом осуществляется целеобразование в АФК?
109. Какие элементы физкультурно-спортивной (педагогической и лечебной) системы необходимо учитывать при разработке проектов будущих технологий в АФК?

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
ОПК-6 Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями		
ОПК-6.1:	Осуществляет отбор и применение психолого-педагогических технологий для индивидуализации обучения, развития и воспитания обучающихся	1. История адаптивной физической культуры (в России, странах СНГ и дальнего зарубежья) 2. Организация адаптивной физической культуры (в России, странах СНГ и дальнего зарубежья). 3. Адаптивная физическая культура в комплексной реабилитации и социализации инвалидов. 4. Воспитание личности средствами и методами адаптивной физической культуры. 5. Адаптивное физическое воспитание как вид адаптивной физической культуры. 6. Адаптивный спорт как вид адаптивной физической культуры. 7. Адаптивная двигательная рекреация как вид адаптивной физической культуры. 8. Креативные (художественно-музыкальные) и экстремальные виды адаптивной физической культуры. Возможности и перспективы. 9. Основные положения методологии адаптивной физической культуры. 10. Функции адаптивной физической культуры. 11. Принципы адаптивной физической культуры. 12. Задачи адаптивной физической культуры. 13. Средства и методы адаптивной физической культуры. 14. Обучение двигательным действиям в адаптивной физической культуре.
ПК-4: Способен выявить и оценить уровень и качество аналитической и интегральной подготовленности спортсменов или личностных, метапредметных и предметных результатов освоения основной образовательной или дополнительной программ		
ПК-4.1	Планирует и проводит мероприятия контроля, оценки и учета результатов с использованием информативных средств и методов	1. Развитие физических качеств и способностей занимающихся в адаптивной физической культуре. 2. Планирование и комплексный контроль за состоянием занимающихся. 3. Адаптивное физическое воспитание в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях. 4. Адаптивное физическое воспитание в специальных медицинских группах в дошкольных образовательных учреждениях. 5. Адаптивное физическое воспитание в специальных медицинских группах в общеобразовательных школах. 6. Адаптивное физическое воспитание в специальностях медицинских группах в вузах. 7. Адаптивная двигательная рекреация в семье. 8. Адаптивная двигательная рекреация в государственных образовательных учреждениях. 9. Адаптивная двигательная рекреация в организациях и учреждениях системы здравоохранения. Самодеятельные формы занятий адаптивной двигательной рекреацией. 1. Используя схему, представить принципы АФК

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		Принципы адаптивной физической культуры Социальные — гуманистической направленности — непрерывности физ-культурного образования — социализации — интеграции — приоритетной роли микросоциума Общеметодические — научности — сознательности и активности — наглядности — доступности — систематичности — прочности 2. Используя схему, представить описание функций АФК <pre> graph TD K[Культура] --> АФК[Адаптивная физическая культура] FK[Физическая культура] --> АФК АФК --> ОАФК[Объект АФК: инвалиды со зрительной, слуховой депривацией, с ПОДА, нарушением интеллекта и др.] ОАФК --> АФВ[Адаптивное физ. воспитание] ОАФК --> АСП[Адаптивный спорт] ОАФК --> АДР[Адаптивная двиг. рекреация] ОАФК --> ФР[Физиче реабилит] АФВ --> Ф1[Учеб.-познават. Развивающая Коррек.-компен. Проф.-подготов. Воспитательная] АСП --> Ф2[Учеб.-познават. Развивающая Коррек.-компен. Рекреат.-оздор. Самовоспитан. Соревноват.] АДР --> Ф3[Гедонистическ. Развивающая Творческая Оздоровительн. Самовоспитан. Ценност.-ориен.] ФР --> Ф4[Леч.-восста Профилакт Коррек.-ком Проф.-подг Самореаби] Ф1 <--> И1[Коммуникатив. Социализир. Интегративная] Ф2 <--> И2[Коммуникатив. Социализир. Интегративная Зрелищная Эстетическая] Ф3 <--> И3[Коммуникатив. Социализир. Интегративная] Ф4 <--> И4[Социали Интеграци] И1 --> ФС[Функциональные связи с другими социальными институтами] И2 --> ФС И3 --> ФС И4 --> ФС </pre>
ПК-4.2	Осуществляет сбор, оценивание, анализ и учет необходимой информации о реальном ходе тренировочного или образовательного	3. Используя схему, представить описание функций физической реабилитации

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
	процесса	Функции физической реабилитации 4. Используя схему, представить описание функций адаптивной рекреации Функции адаптивной двигательной рекреации
ПК-4.3	Ведет документы учета, соответствующие проводимым мероприятиям контроля и локальным актам организации	1. На основе представленных данных, представленных на портале, разработать программу тренировок для лиц с ограниченными возможностями здоровья в группе занимающихся по следующим видам спорта: 1) Ритмическая гимнастика 2) Оздоровительная аэробика 3) Оздоровительная аэробика для инвалидов-колясочников 4) Фитбол-аэробика 5) Степ-аэробика 6) Шейпинг 7) Пилатес 8) Плавание 2. На основе анализа дать характеристику следующих направлений спортивной деятельности инвалидов и лиц с нарушениями здоровья 1) Паралимпийское движение: реалии и перспективы развития. 2) История Паралимпийских игр.

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		3) Российские спортсмены-инвалиды в Паралимпийском движении. 4) Философия Специального Олимпийского движения. 5) История Специального Олимпийского движения
ПК-2: Способен осуществлять образовательный процесс в предметной области физической культуры в соответствии с требованиями Федеральных государственных образовательных стандартов или тренировочный процесс в соответствии с федеральными стандартами спортивной подготовки		
ПК-2.1	Реализует программу спортивной подготовки по виду спорта или рабочую программу учителя физической культуры с учетом возрастных характеристик и уровня подготовленности	1. Адаптивное физическое воспитание в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях. 2. Адаптивное физическое воспитание в специальных медицинских группах в дошкольных образовательных учреждениях. 3. Адаптивное физическое воспитание в специальных медицинских группах в общеобразовательных школах. 4. Адаптивное физическое воспитание в специальностях медицинских группах в вузах. 5. Адаптивная двигательная рекреация в семье. 6. Адаптивная двигательная рекреация в государственных образовательных учреждениях. 7. Адаптивная двигательная рекреация в организациях и учреждениях системы здравоохранения. 8. Самостоятельные формы занятий адаптивной двигательной рекреацией. 9.
ПК-2.2:	Применяет средства и методы в соответствии с задачами этапа спортивной подготовки или в соответствии с задачами общего и дополнительного образования, индивидуальными особенностями, личностно-психическими качествами занимающихся	1. Развитие физических качеств и способностей занимающихся адаптивной физической культурой. 2. Планирование и комплексный контроль за состоянием занимающихся.
ПК-2.3	Использует и модифицирует системы показателей для контроля и оценки результативности образовательного или тренировочного процессов	1. Задачам трудового воспитания лиц с ограниченными возможностями наиболее соответствуют следующие компоненты АФК: а. адаптивная двигательная рекреация и адаптивная (физическая реабилитация); б. адаптивное физическое воспитание и адаптивный спорт; в. креативные (художественно-музыкальные) виды двигательной активности; г. экстремальные виды двигательной активности 2. Главная цель трудового воспитания в АФК заключается в ... а. формировании у детей представлений об идеале физического развития человека; б. осознании необходимости труда - единственного способа

Структурный элемент компетенции	Планируемые результаты обучения	Оценочные средства
		жизнедеятельности; в. овладении занимающимися действий игрового и соревновательного характера; г. совершенствовании сохранных физических качеств и способностей учащихся 3. В АФК могут эффективно использоваться следующие методы воспитания лиц с нарушением интеллекта: а. формирование убеждений, рассказ, беседа, разъяснение, диспут; ролевые игры, моделирующие правильное поведение в различных ситуациях; б. формирование нравственных и правовых знаний, оценок, опыта общественных отношений, стимуляции и подкрепления социально-нормативного поведения; в. организация различных видов физкультурно-спортивной деятельности, межличностного общения в разнообразных ситуациях, упражнение, приучение; г. поощрение, осуждение, наказание; применение сюжетно-ролевых игр, соревновательной деятельности с ее простой, но строгой регламентацией условий 4. Наибольшим потенциалом воспитательных воздействий на лиц с отклонениями в интеллектуальном развитии обладает... а. адаптивная физическая реабилитация; б. адаптивная двигательная рекреация; в. экстремальные виды двигательной активности; г. адаптивный спорт На основе представленных данных, представленных на портале, разработать программу индивидуальных занятий для лиц с ограниченными возможностями здоровья по следующим видам спорта: 1. Ритмическая гимнастика 2. Оздоровительная аэробика 3. Оздоровительная аэробика для инвалидов-колясочников 4. Фитбол-аэробика 5. Степ-аэробика 6. Шейпинг 7. Пилатес Плавание

Методические указания для студентов

Процесс обучения дисциплине включает в себя:

аудиторную работу

- посещение лекционных занятий, оформление конспектов лекций;
 - посещение практических занятий, выполнение и представление практических работ;
- самостоятельную работу (внеаудиторную работу)*

- изучение конспектов лекций;
- самостоятельное изучение материала, представленного в основной, дополнительной литературе, а также на сайтах электронных библиотек;
- подготовка к практическим занятиям (оформление практических работ и заданий);
- подготовка к промежуточному контролю.

Успешное изучение дисциплины осуществляется при выполнении всех перечисленных видов работ.

В процессе самостоятельной работы активизируется познавательная деятельность обучающихся, осуществляется углубленное изучение материала, самопознание, самоорганизация, формируется целостное представление об изучаемом предмете и явлении.

Конспект лекции представляет собой краткую запись монолога преподавателя. Во время лекции студент слушает материал, понимает и осмысливает его. Для лекций необходимо подготовить отдельную тетрадь, при этом желательно вести записи так, чтобы логика лекционного материала была не прерывна. Целесообразно выделять темы, подтемы, ключевые слова и термины в лекции для акцентирования внимания на них.

Записывать следует самое важное, раскрывающее смысл и суть темы.

Рекомендуется записывать аккуратным, понятным почерком. Конспектируя, можно пользоваться общепринятыми сокращениями слов и условными знаками, можно придумать собственные.

Если будет вовремя не записан материал, то необходимо оставить место и потом дописать пропущенное.

Все конспекты лекций представляются в конце окончания курса для проверки.

Подготовка к практическим занятиям предполагает углубленное изучение отдельных тем и курсов. По форме проведения занятия представляют собой решение задач, обсуждение докладов, демонстрация презентаций, беседу по плану или дискуссию по проблеме.

Подготовка к занятиям заключается в освоении материала лекций, привлечение для изучения дополнительной литературы, при этом необходимо анализировать материал, сопоставлять факты и события, мнения из разных источников.

Если на практическом занятии представлены доклады, то нужно подготовиться по одному из представленных в тематике вопросу. Доклад представляет собой устную форму сообщения информации. Для начала необходимо подготовить материал, прочитать, осмыслить его, а на занятии представить его в виде устного сообщения. Докладчику нужно представить материал так, чтобы он был понятен и интересен одноклассникам. Нужно стараться использовать простые слова, не перегружая речь наукообразными оборотами и специфическими терминами.

При выступлении одного, остальные обучающиеся должны внимательно слушать, по ходу выступления записывать кратко содержание и задавать вопросы.

Беседа по плану представляет собой заранее подготовленное совместное обсуждение вопросов темы каждым из участников. Эта форма потребует от студентов не только хорошей самостоятельной проработки теоретического материала, но и умение участвовать в коллективной дискуссии: кратко, четко и ясно формулировать и излагать свою точку зрения перед сокурсниками, отстаивать позицию в научном споре, присоединяться к чужому мнению или оппонировать другим участникам.

Презентация – современный способ устного или письменного представления информации с использованием мультимедийных технологий.

Требования к оформлению презентаций:

Каждая презентация должна быть не менее 10 слайдов

- Шрифт текста должен быть читабельным, видимым на фоне. Для фона предпочтительнее холодные тона.
- Шрифты без засечек (Arial, Tahoma, Verdana) читаются легче, чем гротески. Нельзя смешивать различные типы шрифтов в одной презентации. Для заголовка годится размер шрифта 24-54 пункта, а для текста - 18-36 пунктов.
- Оптимальное число строк на слайде – 6-11.
- Наибольшая эффективность достигается тогда, когда ключевые пункты отображаются по одному на каждом отдельном слайде
- Если текст состоит из нескольких абзацев, то необходимо установить красную строку и интервал между абзацами
- Информацию предпочтительнее располагать горизонтально, наиболее важную - в центре экрана.

- Следует соблюдать единый стиль оформления.
- Информация должна сопровождаться фотографиями, картинками
- Иллюстрации рекомендуется сопровождать пояснительным текстом. Подписи к картинкам

лучше выполнять сбоку или снизу, если это только не название самого слайда.

1 слайд – титульный (название рассматриваемой темы, фамилия и имя, группа студента)

Последний слайд должен содержать список источников (литература, ссылки интернет-сайтов)

В презентацию можно включить видео.

Все доклады и презентации демонстрируются на практических занятиях. В случае отсутствия студента на занятиях необходимо разместить выполненное задание в соответствующую тему на образовательном портале.

Подготовка и организация к практическим занятиям

Все конспекты должны быть написаны от руки в отдельной тетради по общепринятой схеме (приложение).

1. Составить 5 планов-конспектов комплексов утренней гимнастики (для каждого дошкольного возраста один конспект)

2. Составить 5 планов-конспектов занятий по физической культуре (для каждого дошкольного возраста один конспект), ОБЯЗАТЕЛЬНО 2-3 конспекта занятий на обучение элементам спортивной игры или основным движениям.

3. Составить сценарий физкультурно-спортивного праздника или положение по соревнованиям для дошкольников.

4. Составить карточки подвижных игр (2 игры для каждого возраста (одна подвижная, другая малоподвижная игра))

5. Провести подвижные игры, УГГ, занятия по физической культуре, организовать физкультурный досуг

По этим конспектам должны быть проведены 2 физкультурных занятия, 2 утренней гимнастики в спортивном зале среди одноклассников.

Подготовка к промежуточному контролю.

В течение семестра возможно прохождение тестовых заданий на образовательном портале. Это осуществляется как в аудиторное время, так и во внеаудиторное. Для подготовки к выполнению тестовых заданий необходимо заранее повторить конспект лекции, а также изучить записи в тетради, сделанные во время практических занятий в процессе докладов и демонстрации презентаций. Выполнение тестовых заданий по темам курса позволит выявить пробелы в знаниях студентов, тем самым вовремя устранить их, и качественнее подготовиться к промежуточному контролю по окончании изучения дисциплины.

Готовиться к зачёту или экзамену нужно заранее и в несколько этапов. Для этого:

- Нужно просматривать конспекты лекций сразу после занятий. Это поможет разобраться с непонятными моментами лекции и возникшими вопросами, пока еще лекция свежа в памяти.

- Бегло просматривать конспекты до начала следующего занятия. Это позволит «освежить» предыдущую лекцию и подготовиться к восприятию нового материала.

- Каждую неделю отводите время для повторения пройденного материала.

Непосредственно при подготовке:

- Разделить вопросы для зачёта (экзамена) на знакомые (по лекционному курсу, семинарам, конспектированию), которые потребуют лишь повторения и новые, которые придется осваивать самостоятельно. Начинать нужно со знакомого материала, а затем изучить менее известное, воспользовавшись рекомендованной литературой.